



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №65 города Тюмени
(МАДОУ д/с №65 города Тюмени)

ПРОГРАММА

ДЕТСКИЙ САД: территория здоровья

на 2022 – 2025 годы

Авторы составители:

С.В.Семенова – заведующий МАДОУ

И.С.Кочурова – заместитель заведующего

О.М.Ермохина – старший воспитатель

И.В.Алферова – инструктор по физической культуре

Е.М.Горцарук – музыкальный руководитель

В.В.Андрейчикова - воспитатель

г. Тюмень, 2022

СОДЕРЖАНИЕ:

№п/п	Содержание	Стр.
1	Пояснительная записка	
2	Цель программы	
3	Задачи программы	
4	Законодательно-нормативное обеспечение целевой программы	
	Объекты программы	
	Основные принципы программы	
	Основные направления программы	
	Основные этапы реализации программы	
	Разделы программы	
	Укрепление материально-технической базы	
	Работа с детьми	
	Полноценное питание	
	Система эффективного закаливания	
	Организация рациональной двигательной активности	
	Создание условий организации оздоровительных режимов для детей	
	Создание представлений о здоровом образе жизни	
	Профилактическая работа	
	Летняя оздоровительная работа	
	Работа с педагогами	
	Работа с родителями	
	Ожидаемые результаты реализации программы	
	Кадровое Социальный эффект от реализации программы обеспечение программы	
	Список используемой литературы	
	Приложения	

*«Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье –
это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная жизнь, мировоззрение,
умственное развитие, прочность знаний,
вера в свои силы».*

В.А.Сухомлинский

Целевая программа «Детский сад: территория здоровья» разработана коллективом детского сада № 65 города Тюмени ввиду особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей. Она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение пяти лет.

1. Пояснительная записка

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к дошкольникам предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психического развития, высокой умственной и физической работоспособности. Вместе с тем, результаты научных исследований свидетельствуют: количество здоровых детей не превышает 15-20%. По данным Министерства здравоохранения РФ к 6-7-летнему возрасту только 13% детей могут считаться здоровыми, а к моменту окончания школы — это число уменьшается в 2,5 раза.

Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Исследования М.Д. Маханевой, В.Г. Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, играя в спокойные игры на полу). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

В рамках реализации ФГОС дошкольного образования здоровье детей рассматривается как ключевая ценность. Для успешной реализации ФГОС необходимо чтобы образование было здоровьесберегающим, которое, как отмечает Л. И. Сыромятникова «направлено на

формирование культуры здоровья, личностных качеств, способствующих сохранению и укреплению здоровья, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни, любви к окружающему миру».

Одним из приоритетных направлений работы детского сада № 65 города Тюмени, является сохранение и укрепления здоровья детей. Педагогический коллектив дошкольного учреждения чётко определил пути дальнейшего развития этого направления в условиях реализации ФГОС ДО.

Целевая программа «Детский сад: территория здоровья» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОО:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОО);
- материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости);
- мониторинг результатов физической подготовленности детей;
- анализ физкультурно – оздоровительной работы в ДОО

Разрабатывая программу, мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система оздоровления и физического воспитания, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Детский сад: территория здоровья», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения, - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощённого, с развитым чувством собственного достоинства.

Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребёнка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, личной гигиены, охраны здоровья.

Программа предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями и специалистами ДОО содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные, для укрепления и сохранения здоровья детей.

2. Цель программы

Основной целью внедрения данной программы является обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанников ДОУ и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

3. Задачи программы

Реализация программы предусматривает решение следующих задач:

- Обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей в инновационном здоровьесберегающем пространстве ДОО.
- Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия педагогов ДОО и семьи на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.
- Сохранять и укреплять здоровье детей, создавая максимально благоприятные условия для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности ребенка.
- Формировать мотивацию к здоровому образу жизни.
- Прививать культурно-гигиенические навыки, развивать внимание, сосредоточенность, организованность, воображение, фантазию, умение управлять своими поступками, чувствами.
- Оказывать помощь семье в приобщении к здоровому образу жизни, в адаптации детей к жизни в социуме.

4. Законодательно – нормативное обеспечение программы

- Федеральный закон об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г.
- Конвенция ООН о правах ребёнка, принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20.11.1989 г., ратифицированная Верховным советом СССР 13.06.1990г.
- «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 30.12.2015)
- «Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ)
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ (с изменениями от 28 июля 2000 г.)
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. № 1014 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. № 26 г. Москва «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
- Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в

деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.

- Инструктивно-методическое письмо МО РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» №65/23-16 от 14 марта 2000 г.
- Устав МАДОУ №65 города Тюмени.

5. Объекты целевой программы

- Дети дошкольного возраста;
- Педагогический коллектив образовательной организации;
- Родители (законные представители) детей, посещающих ДОО.

6. Основные принципы программы

- Научности (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками);
- Доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- Активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- Сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- Систематичности (реализация оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- Целенаправленности (подчинение комплекса медико – педагогических воздействий четко определенной цели);
- Оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

Принципы построения программы с учетом ФГОС ДО:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

- учет этнокультурной ситуации развития детей.

7. Основные направления программы

Профилактическое:

- обеспечение благоприятного течения адаптации ребенка в ДОО;
- выполнение санитарно-гигиенического режима;
- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике заболеваний детей дошкольного возраста.

Организационное:

- изучение передового научно-методического, педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОО в соответствии с ФГОС ДО;
- мониторинг динамики физического развития, двигательной подготовленности детей;
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, педагогов, родителей.

8. Основные этапы реализации целевой программы

I этап. 2022 - 2023 гг. – организационно-мотивационный.

Координация деятельности педагогов и родителей ДОО на основе общей цели, направленной на комплексное решение проблемы повышения эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях ДОО.

II этап. 2023 - 2024 гг. – основной.

Реализация основных направлений деятельности ДОО по здоровьесбережению.

III этап. 2024-2025 гг. – итогово-аналитический.

Оценка и анализ положительных и отрицательных тенденций в реализации целевой программы, определение дальнейших перспектив.

Измерение промежуточных и итоговых результатов реализации целевой программы здоровьесбережения (производится в конце каждого учебного года и отражается в письменном отчёте с представлением итоговых данных в диаграммах с пояснениями к ним и предложениями).

9. Разделы программы

1. Укрепление материально – технической базы ДОО.
2. Работа с детьми дошкольного возраста.
3. Работа с педагогами ДОО.

4. Работа с родителями (законными представителями) детей.

9.1. Укрепление материально – технической базы

№	Содержание	Сроки
1.	Приобретение и пополнение необходимого оборудования: спортивное оборудование (мячи, облегченные спортивные маты, сухой бассейн, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, обручи, мешочки с песком, массажные мячики су-джок,). детские музыкальные инструменты; оборудование детской площадки (спортивный комплекс с турниками и бумами, футбольные ворота, баскетбольные щиты, волейбольная сетка, игровое оборудование (горки, домики, лесенки, качалки); степ-платформы 15 шт. координационные лесенки 3 шт. мячи для спортивных игр (волейбол, баскетбол, футбол) на подгруппу детей; набивные мячи 15 шт. мишени для метания (4 шт.) мебель (стойки и стеллажи для спортивного инвентаря в зале).	Ноябрь 2022 г.
2.	Оборудование залов и коридоров: стенд «За здоровьем в детский сад!»; стенд «Растём здоровыми»; стенд «От весёлых стартов до олимпийских вершин» стенд «ГТО – это спорт, спорт – это жизнь!» уголок ОБЖ.	Май 2022 г.
3.	Открытие школы здоровья для педагогов «В здоровом теле – здоровый дух!»	Сентябрь 203 г.
4.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОО (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОО.	Постоянно

9.2. Работа с детьми

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	щадящий режим (адаптационный период)
2.	Физические упражнения	утренняя гимнастика; физкультурно-оздоровительные мероприятия; подвижные и динамические игры; спортивные игры; пешие прогулки (походы, экскурсии).
3.	Гигиенические и водные процедуры	умывание; мытьё рук;

		обеспечение чистоты среды; занятия с водой (центр вода и песок);
4.	Солнечные и воздушные ванны	проветривание помещений; сон при открытых фрамугах; прогулки на свежем воздухе; обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	развлечения, праздники; игры-забавы; дни здоровья.
6.	Музыкальная терапия	музыкальное сопровождение режимных моментов; музыкальное оформление фона педагогических мероприятий; музыкально-театрализованная деятельность.
7.	Коррекционно-оздоровительные мероприятия	дыхательная гимнастика; пальчиковая гимнастика; гимнастика для глаз; подвижные игры и общекорректирующие упражнения с речевым сопровождением для детей с ОВЗ. стопотерапия; игровой самомассаж.
8.	Пропаганда здорового образа жизни	периодическая печать (буклеты «ЗОЖ для заботливых родителей», «Подвижные игры на природе» и др.); курс бесед, консультаций; спортивные мероприятия с участием педагогов, родителей.
9.	Участие в спортивных соревнованиях	участие детей старшего дошкольного возраста в сдаче нормативов 1 ступени ВФСК «ГТО»; участие в номинации «Тюмень спортивная» .
10.	Мониторинг развития физических качеств детей	оценка уровня развития физических качеств детей в соответствии с возрастными нормами.

9.2.1. Полноценное питание

1.	Принципы организации питания: выполнение режима питания; гигиена приёма пищи; ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания; эстетика организации питания (сервировка); индивидуальный подход к детям во время приема пищи; оптимальное расположение мебели.
2.	Реализация системы управленческой деятельности по организации питания.

9.2.2. Система эффективного закаливания

1.	Основные факторы закаливания	закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня; закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по
----	------------------------------	---

		интенсивности; закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, плаванию, других режимных моментах; закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при благоприятном температурном режиме.
2.	Комплекс закаливающих мероприятий	соблюдение температурного режима в течение дня; правильная организация прогулки и её длительности; соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей; учет температурного режима воды и воздуха при организации мероприятий в бассейне; облегченная одежда для детей в детском саду; гимнастика после сна;
3.	Методы оздоровления	ходьба по сырому песку (летом), коврику (в межсезонье); дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года); хождение босиком по спортивной площадке (летом); плавание в бассейне (в течение года); закаливающие процедуры («сухое плавание») в бассейне; релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия); солнечные и воздушные ванны; игры с водой (в течение года).

9.2.3. Организация рациональной двигательной активности

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

1.	Основные принципы организации физического воспитания в детском саду	физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья; сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами; медицинский контроль за физическим развитием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
2.	Формы организации физического воспитания	физические занятия в зале и на спортивной площадке; прогулки и экскурсии, походы; дозированная ходьба; оздоровительный бег; физкультминутки; физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»; утренняя гимнастика;

		индивидуальная работа с детьми.
3.	Физкультурные мероприятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач	<p>традиционные;</p> <p>игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности.</p> <p>сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в весенний лес» и др.;</p> <p>тематические мероприятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч);</p> <p>тематические праздники и развлечения на воде: «Нептун», «Утиные истории»;</p> <p>занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр, элементов плавания и др.;</p> <p>музыкально-ритмические мероприятия.</p> <p>физкультурно-речевые педагогические мероприятия.</p>

9.2.4. Создание условий организации оздоровительных режимов

- Соблюдение режимных моментов: время приёма пищи, укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений.
- Полная реализация составляющей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
- Достаточный по продолжительности дневной сон детей.
- Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.
- Повышение педагогической компетенции педагогов и родителей по вопросам организации оздоровительных мероприятий в ДОО и семье.

9.2.5. Создание представлений о здоровом образе жизни

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- привитие стойких правил безопасного поведения и личной гигиены;
- формирование элементарных представлений о себе в окружающем мире;
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определять свои состояния и ощущения;
- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
- вести систематическую работу по ОБЖ, выработке алгоритма действий в опасных

жизненных ситуациях.

В рамках реализации программы в детском саду «Здоровый ребенок» *созданы необходимые условия:*

- сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
- отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания;
- развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей. Педагоги и сотрудники стараются эстетично оформить все пространство детского сада, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно и уютно;
- эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников с участием родителей: «Масленица», «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Малые олимпийские игры» и др.;
- плавание в бассейне содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, является одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки.
- снижение утомляемости ребёнка в организованных видах деятельности обеспечивается созданием мотивации, индивидуальным подходом к каждому ребёнку, совместной деятельностью взрослого и ребёнка;
- появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, развлечения, досуги, флешмобы.

9.2.6. Профилактическая работа

Профилактическую работу осуществляют медицинская сестра детского сада, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели.

Она включает в себя:

- физкультурные упражнения;
- подвижные игры и физические упражнения на улице;
- специальные упражнения и игры на воде;
- дыхательная гимнастика, гимнастика после сна, гимнастика для глаз;
- спортивные игры и соревнования;
- элементы точечного массажа и самомассажа для укрепления здоровья.
- пальчиковая гимнастика.
-

Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата

- создание оптимального двигательного режима;
- правильный подбор мебели в соответствии с возрастом ребёнка; контроль за рабочей позой;

- соблюдение максимально допустимого времени занятий и непрерывности работы;
- ограничение времени для просмотра видео- и телепередач, компьютерных игр;
- использование физкультминуток и упражнений для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия; снятие напряжения с определённых групп мышц, аккомодации;
- рациональное питание;
- достаточная двигательная активность на свежем воздухе.

9.2.7. Летняя оздоровительная работа

Формы организации оздоровительной работы в летний период:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях (на улице, спортивной площадке);
- экскурсии, пешие прогулки;
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

9.3. Работа с педагогами

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, **построена на следующих принципах:**

- психолого-педагогические консультации узких специалистов для педагогов ДОО по сохранению собственного здоровья с проигрыванием возможных проблемных ситуаций.
- самообразование и просветительная работа по направлениям целевой программы «Здоровому все здорово!»;
- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном и психическом аспектах, а также обучение дошкольников элементарным приёмам личной самодиагностики.

Организационно-методические мероприятия:

Укрепление здоровья ребенка — это не периодические мероприятия, а идеология воспитания, поведенческая база, которая остается с человеком на всю жизнь.

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДОО новых программ, технологий, методик и приемов здоровьесбережения детей и взрослых.

2. Разработка системы физического воспитания, основанной на индивидуально-личностном подходе.

3. Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья дошкольника.

4. Контроль состояния здоровья детей всех возрастных групп.

5. Разработка и внедрение психолого-педагогических, коррекционно-развивающих

методов и приемов.

6. Организация рационального питания.

7. Медико-профилактическая работа с детьми и родителями.

8. Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.

9. Оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (логоритмика, массажёры, тактильные дорожки).

Методические рекомендации по оздоровлению детей дошкольного возраста:

1. Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здорового образа жизни, чувства ответственности за своё здоровье.

2. Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду во всех режимных моментах.

3. Широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личносно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.

9.4. Работа с родителями

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

В.А. Сухомлинский сказал: «Могучая духовная сила воспитания заложена в том, что дети учатся смотреть на мир глазами своих родителей. Только в совместной деятельности родители лучше узнают своих детей, становятся ближе».

Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

1. Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах здоровьесбережения.

2. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

3. Установка на совместную работу с целью решения психолого – педагогических проблем развития ребёнка.

4. Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.

5. Включение родителей в образовательный процесс ДОО.

Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.

2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.

3. Дни открытых дверей.

4. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.

5. Открытые педагогические мероприятия для родителей.

6. Совместные спортивные мероприятия для детей и родителей.

7. Круглые столы с привлечением широкого круга специалистов.
8. Организация совместных проектов по здоровьесбережению.

Методы взаимодействия педагогов с семьей:

1. Анкетирование.
2. Беседы различной тематики.
3. Наблюдение.

Примерная тематика бесед профилактической работы с родителями:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в детском саду.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. Все, что важно знать о питании дошкольников.
8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в детском саду и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
13. Сегодня, завтра и всегда здоровый образ жизни – ДА!

Перспективный план работы с родителями.

1. Проведение совместных мероприятий с родителями: «Дней Здоровья», праздников, субботников, экскурсий, флешмобов, акций.
2. Совместная разработка серии семинаров – практикумов «Быть здоровым это здорово!» с привлечением специалистов различного профиля.
3. Организация инновационных форм работы с родителями (совместная проектная деятельность в рамках целевой программы, мастер-классы «Папа может!», «Веселая семейка»).

10. Ожидаемые результаты реализации программы

1. Совершенствование комплексного подхода оздоровления дошкольников.
2. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей дошкольного возраста.
3. Внедрение в практическую деятельность современных психолого-педагогических технологий оздоровления детей, способствующих снижению уровня заболеваемости детей и адаптационного стресса.
4. Сформированность физических и личностных качеств дошкольника, становление ценностей здорового образа жизни.

5. Рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса.
6. Увеличение числа детей, ни разу не болевших за год.
7. Повышение умственной и физической работоспособности, улучшение показателей физического развития детей в динамике.
8. Отсутствие острой групповой заболеваемости по кишечным инфекциям.
9. Повышение заинтересованности родителей в необходимости укрепления здоровья.

11. Кадровое обеспечение программ «Детский сад: территория здоровья»

Заведующий ДОО:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровый ребенок»;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

Заместитель заведующего по ВМР:

- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы Детский сад: территория здоровья;
- проведение мониторинга эффективности и качества мероприятий в рамках целевой программы (совместно с педагогами ДОО);
- контроль за реализацией программы Детский сад: территория здоровья.

Медицинская сестра:

- учет часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- составление индивидуального плана реабилитации дошкольника;
- проведение санитарно-просветительской работы среди работников ДОО и родителей.

Инструктор по физкультуре:

- определение и учет показателей двигательной активности детей;
- организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- проведение закаливающих процедур (игры на воде, физкультура на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами);
- обеспечение комплексного подхода к осуществлению профилактических мероприятий, предполагающего совместную работу педагогов, специалистов, родителей;
- вовлечение родителей в процесс формирования здорового образа жизни ребенка.

Воспитатели:

- внедрение здоровьесберегающих технологий во все режимные моменты;
- пропаганда здорового образа жизни среди детей, педагогов, родителей;

Работники пищеблока:

- строгое соблюдение технологии приготовления блюд рационального питания.

Младший воспитатель:

- соблюдение санитарно – охранительного режима;
- помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.

12. Социальный эффект от реализации программы «Детский сад: территория здоровья»

Разработка и внедрение авторских программ, инновационных технологий, инструктивно-методических материалов по организации здоровьесберегающей деятельности, способных удовлетворить широкие образовательные запросы детей, родителей и общества, обоснованных с точки зрения своей целесообразности, позволит воспринимать ДОО как образовательную организацию, обеспечивающую устойчивый качественный уровень образовательных услуг и демонстрирующую социальную значимость и ценность работы на внутренние и внешние целевые аудитории.

Список используемой литературы

1. Программно-методическое обеспечение оздоровительной деятельности. На основе концептуальных положений Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой и оздоровительной программы под редакцией В.Г. Алямовской «Здоровье», педагоги занимаются поиском, изучением и внедрением следующих программ и технологий:
2. Е.А. Алябьева. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003
3. В. Алексеенко, Я. Лощинина. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребёнка 2-7 лет.- М.: Учмисл играючи, 2008.
4. К.Ю. Белая. Формирование основ безопасности у дошкольников. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
5. Е.Н. Борисова. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама, 2007.
6. В.К. Величенко. Физкультура для ослабленных детей.- М.: Терра-Спорт, 2000.
7. Н.В. Елжова. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении.- Ростов н/Д, Феникс, 20011
8. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: МозаикаСинтез, 2010.
9. Э.Я. Степаненкова. Физическое воспитание в детском саду.- М.: МозаикаСинтез, 2008.
10. Л.В. Игнатова, О.И. Волик, Г.А. Холукова. Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах.-М.: ТЦ Сфера, 2008.
11. О.В. Козырева. Лечебная физкультура для дошкольников.- М.: Просвещение, 2005.
12. М.В. Краснов, Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.- Чебоксары, 1998.
13. Т.С. Овчинникова, А.А. Потапчук. Двигательный игротренинг для дошкольников.- СПб.:Речь, 2002.
14. П.А. Павлова, И.В. Горбунова. Расти здоровыи, малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста.- М.: ТЦ Сфера, 2006.

Приложение

Таблица № 1.

Основные направления программы

Направления программы	Содержание деятельности
1. Организационное	<p>Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий.</p> <p>Разработка и внедрение программы здоровьесбережения в образовательный процесс.</p> <p>Создание в ДОО организационно-педагогических и медико-социальных условий по внедрению целевой программы по здоровьесбережению.</p> <p>Разработка и утверждение планов педагогических мероприятий по укреплению психофизического здоровья дошкольников.</p> <p>Обеспечение комплексного подхода в реализации целевой программы по здоровьесбережению.</p> <p>Разработка критериев оценки эффективности по реализации целевой программы по здоровьесбережению.</p> <p>Наращивание материально-технической базы ДОО для внедрения и реализации целевой программы по здоровьесбережению.</p>
2. Просветительское (образовательное)	<p>Организация пропаганды здорового образа жизни в ДОО.</p> <p>Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни.</p> <p>Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни (стенды, сайт ДОО др.)</p> <p>Включение родителей в деятельность ДОО как непосредственных участников образовательного процесса.</p> <p>Разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций.</p>
3. Правовое	<p>Нормативно-правовое обеспечение целевой программы по здоровьесбережению.</p>
4. Аналитико-экспертное	<p>Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации.</p> <p>Анализ-экспертиза результатов реализации целевой программы здоровьесбережения в динамике.</p> <p>Своевременное выявление негативных тенденций и изменений в условиях реализации программы и корректировка планов для успешного выполнения целевой программы.</p> <p>Осуществление краткосрочного прогнозирования здоровьесберегающего процесса.</p> <p>Изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии</p>

	психофизического здоровья.
5. Информационно-методическое	<p>Научно-методическое обеспечение разработки и реализации целевой программы по здоровьесбережению.</p> <p>Повышение информационной культуры педагогических, медицинских работников, родителей, обусловленной общими задачами целевой программы по здоровьесбережению.</p> <p>Мониторинг результативности оздоровительной деятельности ДОО.</p> <p>Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни.</p> <p>Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности реализации целевой программы по здоровьесбережению.</p> <p>Распространение опыта оздоровительной работы.</p>
6. Диагностическое	<p>Изучение мотивации детей, педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни.</p> <p>Анализ здоровьесберегающей среды в ДОО.</p> <p>Диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей.</p> <p>Уточнение промежуточных результатов реализации целевой программы по здоровьесбережению.</p> <p>Выявление контингента детей, требующих дополнительного внимания специалистов.</p>
7. Социально-педагогической адаптации	<p>Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям ДОО.</p> <p>Повышение функциональных возможностей детей, социальной адаптации и улучшение состояния их здоровья.</p> <p>Повышение уровня социальной защищённости детей и педагогов, нейтрализация негативных факторов окружающей среды на личность ребенка и процесс его развития.</p>
8. Координационное	<p>Обмен опытом работы по здоровьесбережению между образовательными организациями.</p> <p>Взаимодействие ДОО с семьёй по вопросам укрепления здоровья детей и взрослых.</p> <p>Использование в оздоровительной работе ДОО перспективных форм социального партнерства.</p>

**Перспективный план по реализации основных направлений
здоровьесберегающей деятельности ДОО
на период 2022-2025 гг.**

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Организационное направление Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства			
1.	Разработка программы по здоровьесбережению.	Октябрь ноябрь 2022 г.	Администрация МАДОУ, Творческая группа
2.	Внесение корректив в общеобразовательную программу.	июль-август 2022	Творческая группа
3.	Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения.	постоянно	Заместитель заведующего по ВМР
4.	Создание кадровых, материально-технических, учебно-методических условий для реализации целевой программы здоровьесбережения.	постоянно	Заведующий
5.	Осуществление в практике ДОО системно-синергетического подхода в реализации целевой программы: определение стратегии работы по здоровьесбережению в ДОО; разработка структуры управления вопросами здоровьесбережения; отработка системы стимулирования участников целевой программы; организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса; контроль системы здоровьесбережения.	2022-2025 г.г.	Администрация МАДОУ
6.	Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей.	В течение всего периода	Педагоги МАДОУ
7.	Разработка здоровьесберегающих требований для организации и проведения экспериментальной деятельности детей.	2022 гг.	Творческая группа
8.	Разработка и проведение консультаций с педагогами и специалистами по организации здоровьесберегающего	Постоянно	Заместитель заведующего по ВМР

	режима в группах.		
9.	Создание информационного банка данных по вопросам состояния, укрепления и сохранения здоровья участников целевой программы.	2022-2023 гг.	Заместитель заведующего по ВМР
10.	Организация работы по физической культуре детей: разработка здоровьесберегающего компонента содержания педагогических мероприятий по физической культуре; ведение кружковой работы создание дидактического и методического комплекса для индивидуальной работы по физической культуре.	Постоянно	Инструктор по физкультуре
11.	Разработка и утверждение плана переквалификации, повышения квалификации и аттестации на установление соответствия занимаемой должности педагогических работников.	В течение периода	Заместитель заведующего по ВМР
12.	Создание банка данных по инновационным формам организации взаимодействия с родителями.	2022 г.	Заместитель заведующего по ВМР
13.	Реализация программы в рамках образовательных областей посредством кружковой деятельности: Художественно-эстетическое развитие (Непоседы, Маленькие непоседы); Речевое развитие (АБВГДЕЙКА, Логоворрекция, Веселый язычок); Познавательное развитие (2*2=4, Юный гроссмейтер); Физическое развитие (Степ аэробика);	в течение периода	Музыкальные руководители, педагог дополнительного образования воспитатель,
II. Диагностическое направление			
1.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей.	в течение всего периода	Педагоги
2.	Изучение мотивации педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни.	Ежегодно	Заместитель заведующего по ВМР
3.	Выявление контингента детей с ОВЗ, требующих дополнительных и индивидуальных диагностических методик в условиях реализации целевой программы.	В течение всего периода	Педагоги, родители, специалисты.
4.	Социальный анализ семей воспитанников ДОО.	В течение всего периода	Воспитатель
5.	Мониторинг уровня развития физических	Ежегодно	Инструктор по

	качеств детей дошкольного возраста.		физкультуре
6.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; анализ профессиональной компетентности педагогов.	Ежегодно	Заместитель заведующего по ВМР
III. Информационно-методическое направление			
Научно-методическое обеспечение процесса здоровьесбережения. Повышение квалификации участников образовательного процесса.			
1.	Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий.	В течение всего периода	Заместитель заведующего по ВМР
2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой по здоровьесбережению.	В течение всего периода	Старший воспитатель
3.	Внедрение критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста.	2022-2025 г.г.	Старший воспитатель
4.	Семинар «Здоровье детей – наше будущее».	2023 г.	Инструктор по ФК
5.	Круглый стол «Пути оптимизации здоровья дошкольников».	2023 г.	Старший воспитатель
6.	Консультация для родителей «Музыкотерапия как способ улучшения психоэмоционального самочувствия».	2023 г.	Музыкальный руководитель
7.	Консультация «Современные здоровьесберегающие технологии».	2024 г.	Старший воспитатель
8.	Консультация «Овощи и фрукты – полезные продукты!»	2024 г.	Воспитатели
9.	Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке».	2024 г.	Инструктор по физкультуре
10.	Консультация для педагогов «Подвижные игры с речевым сопровождением».	2024 г.	Инструктор по физкультуре Учитель-логопед
11.	Консультация для родителей на тему «Движение и речь – взаимосвязь при формировании основ здоровья».	2024г.	Инструктор по физкультуре Учитель-логопед

12.	Консультация для родителей «Как наблюдать за развитием и здоровьем ребёнка».	2024 г.	Медсестра
13.	Консультация для педагогов «Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам!»	2025 г.	Инструктор по ФК
14.	Консультация для родителей «Наши привычки – привычки наших детей».	2025г.	Педагог-психолог
15.	Тренинг для родителей и педагогов «Где прячется здоровье?»	2025 г.	Инструктор по ФК родители
16.	Тренинг для родителей «Ступени здоровья».	2025 г.	Инструктор по физкультуре
17.	Семинар-практикум «Пальчиковая гимнастика с предметами».	2025 г.	Учитель-логопед
18.	Консультация «Мой друг - компьютер».	2024 г.	Медсестра
19.	Консультация для родителей «Всегда и везде - вечная слава воде!»	2024 г.	Инструктор по ФК
20.	Рекомендации по рациональному питанию детей «Продукты полезные и не очень».	2025 г.	Медсестра
21.	Семинар-практикум «Внедрение методов и приёмов здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс».	2025 г.	Музыкальный руководитель Инструктор по ФК
22.	Семинар-практикум «Арттерапия, как эффективный метод здоровьесбережения дошкольников».	2025 г.	Старший воспитатель Музыкальный руководитель
23.	Мастер-класс с участием родителей «Папа может!»	2024 г.	Инструктор по ФК Музыкальный руководитель
24.	Педагогический совет «Здоровье детей в наших руках».	2024 г.	Заведующий педагоги
25.	Педагогический совет «Проектная деятельность по здоровьесбережению».	2023 г.	Заместитель заведующего по ВМР
26.	Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни.	2023 г.	Творческая группа ДОО
27.	Педагогический совет «Обобщение опыта создания здоровьесберегающей среды в ДОО».	2023 г.	Заведующий педагоги,

IV. Просветительское направление

Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения.

1.	Публикация материалов по ЗОЖ на	Ежегодно	Педагоги МАДОУ
----	---------------------------------	----------	----------------

	информационных стендах, в уголках, на страницах сайта.		
2.	Консультация сотрудников библиотеки для детей «Как книга помогает сохранять здоровье».	2022 г.	Заведующий библиотекой
3.	Советы Доктора Айболита «Я уколов не боюсь!»	2023 г.	Медсестра
4.	Рекомендации для родителей «Создание здоровой музыкальной среды в домашних условиях».	2022-2023гг.	Музыкальный руководитель
5.	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней.	Ежегодно	Медсестра
6.	Конкурс «Лучший уголок здоровья».	2022, 2023, 2024 г.	Воспитатели, Родители.
7.	Консультация «Зимой и летом с отличным иммунитетом!»	2023г.	Медсестра
8.	Групповые родительские собрания «Здоровье с детства», «Вредные привычки», «Главные правила Здоровья», «Как устроено тело человека?», «Личная гигиена», «Сохраним здоровье сами», «Укрепление здоровья ребенка в семье».	в течение всего периода	Воспитатели
9.	Практические рекомендации для родителей ЧБД «Предупредить легче, чем лечить».	Постоянно	Медсестра
10.	Общее родительское собрание «Здоровый ребёнок в здоровой семье».	2024 г.	Заведующий педагоги
11.	Фотовыставка «Мы растём здоровыми, умными, веселыми!»	2022-2024гг.	Инструктор по физкультуре
12.	Акция «Всемирный день здоровья».	ежегодно	Инструктор по ФК
13.	Флешмоб «Папа, мама, я – здоровая семья!»	2024 г.	Инструктор по ФК
14.	Размещение в СМИ печатных материалов по вопросам здоровьесбережения.	В течение всего периода	Педагоги
15.	Музыкально-оздоровительное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух!»	ежегодно	Музыкальный руководитель, Инструктор по ФК
16.	Летняя оздоровительная кампания.	ежегодно	Все педагоги
17.	Тематическое занятие «Пусть знает каждый гражданин пожарный номер – 01!»	2023г.	Воспитатели
18.	Выставка детского рисунка «Как я занимаюсь спортом».	ежегодно	Инструктор по ФК
19.	Конкурс детского рисунка «Здоров будешь - всего добудешь!»	ежегодно	Воспитатели дети, родители.

20.	Интегрированное педагогическое мероприятие «В поисках здоровья!»	Ежегодно	Педагоги ДОО
VI. Координационное направление Управление здоровьесбережением в ДОО, взаимодействие с социальными институтами детства.			
1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения.	Ежегодно	Заведующий
2.	Контроль процесса здоровьесбережения в ДОО: совещания; собрания трудового коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости; анализ состояния заболеваемости; проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений ДОО; организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; анализ тестирования детей по физическому воспитанию; организация медико-педагогического контроля физкультурно-педагогических мероприятий.	Постоянно 3 раза в год 1 раз в месяц 2 раза в квартал ежегодно 2 раза в год ежемесячно	Заведующий
3.	Построение педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: составление сетки занятий в соответствии с требованиями СанПиН; разработка режима работы секций и кружков в соответствии с требованиями здоровьесбережения; экспертиза программ дополнительного образования.	Постоянно	Заместитель заведующего по ВМР
4.	Установление взаимосвязи с поликлиникой «выявление детей с патологиями; консультирование родителей детей; ведение листов здоровья; выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима.	В течение всего периода	Заведующий
5.	Участие в работе городских, районных	В течение всего	Заместитель

	конференциях, семинарах по проблеме здоровьесбережения.	периода	заведующего по ВМР
6.	Разработка и осуществление мер: по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм, связанных с социальной жизнью детей; по обучению детей правилам дорожного движения; по обучению детей правилам противопожарной безопасности; по основам безопасности жизнедеятельности; созданию здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей.	Весь период	Заведующий педагоги, родители, социальные партнеры
VII. Правовое направление			
1.	Ознакомление педагогов и родителей с нормативно - правовой базой, регламентирующей деятельность ДОО по защите здоровья детей.	В течении всего периода	Заведующий
2.	Создание локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность ДОО.	В течении всего периода	Заведующий